

スクールランチ

令和5年 4月
丹波市教育委員会

ご入学・ご進級 おめでとうございます。

やわらかな春の日差しの中、新年度が始まりました。元気いっぱい楽しい学校生活を送ることができるよう、今年度も安全・安心で栄養バランスのとれたおいしい学校給食を提供していきます。どうぞよろしくお願いいたします。

学校給食のことを知ろう！

学校給食は、教育の一環として位置づけられています。栄養補給としてだけでなく、栄養バランスのとれた食事や食に関する知識を学ぶ役割も担っています。また、子どもたちがみんなで準備や後片付けをしたり、食事をしたりする中で、協調性や社会性を養う時間にもなります。心身ともに健やかに成長できるよう、学校給食には次の7つの目標が定められています。










学校給食の目標	健康の保持増進	望ましい食習慣をつくる	明るい社交性と協同の精神を養う
	成長期にふさわしい栄養をとり、健康に過ごす。	食事の大切さを知り、より良い食べ方を学ぶ。	マナーを守り、みんなで楽しく食べることや協力することを身につける。
生命や自然のめぐみへの感謝 自然のめぐみに感謝し、生き物の命を大切にする。	勤労への感謝 食を通してつながる人たちに感謝する。	食文化や郷土食への理解 地域に伝わる食文化を大切に	生産・流通・消費への理解 食を通して社会のしくみを学ぶ。

学校給食の栄養

文部科学省が作成した「学校給食摂取基準」をもとに、1日に必要な栄養量の約3分の1をとることを目標としています。そのうち、不足しがちな「カルシウム」については、1日に必要な量の半分、とり過ぎの傾向にある「ナトリウム(食塩相当量)」については、1日の目標量の約3分の1未満となるようにしています。
(厚生労働省の「日本人の食事摂取基準」2020年版に基づいています。)

丹波市の献立内容

特色ある献立を実施し、多様な食材を組み合わせることで内容の充実を図るとともに、子どもたちからのリクエストを取り入れ、給食が学校生活の楽しみとなるような工夫もしています。毎月配布される、学校給食予定献立表をお楽しみに！

旬の味献立 季節の食材を取り入れた献立 (たけのこ・スイートコーン・実えんどう等)  えんどうごはん	兵庫(丹波)の味献立 兵庫県や丹波市の特産物を味わう献立 (黒大豆・粟・丹波大納言小豆・はたはた等)  黒豆の枝豆
カムカム献立 かむことを意識して食べる献立 (小魚・根菜等)  めざし	行事食 伝統的な行事や食文化を知る献立 (端午の節句・お正月・節分・桃の節句等)  田作り・お雑煮
こつこつ献立 骨や歯を丈夫にする献立 (乳製品・小魚・海そう類等)  わかさぎのから揚げ	世界の味献立 異文化を知る献立 (ナン・ピビンバ・ボルシチ等)  ナン・カレー
まめまめ献立 大豆・大豆製品を取り入れた献立 (大豆・黒大豆・豆腐等)  大豆のひじき煮	お誕生日献立 リクエストの多い料理を取り入れた献立 (あげパン・カレー・からあげ等)  キムチごはん・ぎょうざ
食育の日献立 国は6月、兵庫県は10月を「食育月間」、毎月19日を「食育の日」としています。これに合わせて、丹波市の学校給食では毎月19日前後に「ごはんを中心とした和食の献立」を取り入れて、和食の良さを伝えています。  いわし・千草和え・吉野汁	